



THE UNIVERSITY *of* EDINBURGH

Edinburgh Research Explorer

Inimestevahelised psühholoogilised erinevused: isiksus.

Citation for published version:

Möttus, R 2011, 'Inimestevahelised psühholoogilised erinevused: isiksus.', *Lege Artis Medicine*, vol. 7, pp. 108.

Link:

[Link to publication record in Edinburgh Research Explorer](#)

Document Version:

Peer reviewed version

Published In:

Lege Artis Medicine

Publisher Rights Statement:

© Möttus, R. (2011). Inimestevahelised psühholoogilised erinevused: isiksus. *Lege Artis Medicine*, 7, 108.

General rights

Copyright for the publications made accessible via the Edinburgh Research Explorer is retained by the author(s) and / or other copyright owners and it is a condition of accessing these publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

Take down policy

The University of Edinburgh has made every reasonable effort to ensure that Edinburgh Research Explorer content complies with UK legislation. If you believe that the public display of this file breaches copyright please contact openaccess@ed.ac.uk providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.



Inimestevahelised psühholoogilised erinevused: isiksus

René Möttus (PhD, psühholoogia)

Tartu Ülikooli Psühholoogia instituut & Edinburghi Ülikooli Kognitiivse Vananemise ja Kognitiivse Epidemioloogia Keskus (teadur)

Isiksuse all peetakse silmas inimestevahelisi erinevusi püsivates käitumis-, mõtlemis- ja tundmisviisides. Artiklis tuleb kõigepealt juttu sellest, mis on isiksuseomadused ja kuidas inimestevahelisi isiksuserinevusi hinnatakse. Seejärel vaadatakse, kui püsivad on inimestevahelised isiksuseerinevused ajas, aga ka sellest, kuidas isiksuseomaduste keskmised tasemed elu jooksul muutuvad. Edasi küsitakse, millest inimeste isiksuseerinevused tulevad ning kuidas need meie elu mõjutavad. Lõpuks tuleb paari sõnaga juttu ka isiksusepatoloogiast.

Isiksuseomadused: mis, miks ja kui palju

On olemas väga palju kõikvõimalikke käitumis-, mõtlemis- ja tundmisviise, mille poolest inimesed erineda saavad. Seetõttu näib inimese isiksuse ülevaatlik kirjeldamine esmapilgul peaaegu võimatu eesmärgina—vaevalt, et keegi jõuaks kõik isiksuse avaldumise võimalikud aspektid üleski lugeda. Õnneks ei tähenda isiksuse avaldumismuutuvuse paljusust siiski seda, et iga katse inimeste isiksust kirjeldada peab vältimatult piirduma vaid üksikute detailide vaatlemisega ning terviklikust pildist pole mõtet unistadagi. Nimelt on lihtne märgata, et paljud mõtlemis-, käitumis- ja tundmisviisid kalduvad inimestel esinema koos. Sageli kurbust ja ärevust tundev inimene kipub tihti mõtlema, et on saamatu, samuti võib ta nutta sagedamini kui valdav osa tema ea- ja sookaaskastest. Samas teiste inimeste seltsi ning põnevaid sündmusi otsiv inimene kaldub ennast tihti tundma õnnelikuna ning uskuma, et küllap leidub igale probleemile hea lahendus. Seega pole tarvis kõiki käitumis-, mõtlemis- ja tundmisviise eraldi kirjeldada—kui paljud neist esinevad koos, siis piisab mõne kirjeldamisest, et tegelikult teada juba paljude kohta. Isiksuseuurijad on näinud aastakümneid vaeva, et teha kindlaks põhilised ühte sammu astuvate käitumis-, mõtlemis- ja tundmisviiside grupid, mille varal saaks säästlikult inimestevahelisi isiksuseerinevusi kirjeldada. Neid grupe nimetatakse tavaliselt isiksuseomadusteks. Enamasti kasutatakse inimestevaheliste erinevuste ülevaatlikuks kirjeldamiseks korraga mitut isiksuseomadust ning sellist omaduste gruppi nimetatakse isiksuseemudeliks.

Isiksuseemudelite ajalugu on kirju. Olid ajad, kus pea iga uurija tuli lagedale uue ideega selle kohta, milliste omaduste keeles oleks kõige parem inimeste isiksuseerinevustest rääkida. Viimastel aastakümnetel on olukord õnneks siiski märkimisväärselt selginenud. On saavutatud ulatuslik üksmeel, et näiliselt ükskõik kui erinevad mõtlemis-, käitumis- ja tundmisviisid on kõige mugavam grupeerida viide laia kategooriasse. Teisisõnu, kõige säästlikumalt—ent samas piisavalt ülevaatlikult—saab inimesi eristada viie laia isiksuseomaduse põhjal. Eesti keeles nimetatakse neid viite laia isiksuseomadust neurootilisuseks, ekstravertsuseks, avatuseks, sotsiaalsuseks ja meelekindluseks (vt Tabel 1). Teades inimese paiknemist teiste inimeste suhtes nendel viiel omadusel, same tema isiksusest üsnagi ülevaatliku—ehkki, tõsi, mitte just väga detailse—pildi.

Uuringud on näidanud, et need viis üldist isiksuseomadust on üpris sarnasel moel kasutatavad erinevas vanuses inimeste kirjeldamiseks, alates vähemalt teisemeast kuni kaheksakümne eluaastateni (1, 2), samuti avalduvad need sarnasel moel väga erineva kultuuritaustaga inimestel (3). Seetõttu on neist viiest omadusest saanud kaasaegse isiksusepsühholoogia *lingua franca* ning suur osa tänapäevastest isiksuse hindamise meetoditest—näiteks isiksuseküsimustikest—ongi kujundatud just nende omaduste mõõtmiseks.

Tabel 1. Viis põhilist isiksuseomadust kaasaegses isiksusepsühholoogias.

Madala **neurootilisusega** inimesed on enamasti enesega rahulolevad, pingevabad ning suutelised

ka kriitilistes situatsioonides oma emotsioone vaos hoidma. Kõrge neurootilisusega inimesed seevastu kalduvad murelikkusele, närvilisusele ja ärevusele ning on suurema tõenäosusega rahulolematud nii enda kui teistega.

Kõrge **ekstravertsus** on iseloomulik inimestele, kes on seltsivad, jutukad, domineerivad ning valdavalt optimistlikud. Madala ekstravertsusega inimesed ei vaja sagedast suhtlemist, naudivad keskmisest enam üksiolemist ja iseseisvat tegutsemist.

Kõrge **avatus** tunnusteks on hea kujutlusvõime, originaalsus, kunstimeel, vahelduse otsimine, intellektuaalne uudishimu ning loovus. Madala avatusega inimesed on praktilised, nad peavad kinni traditsioonidest ning eelistavad harjumuspäraseid tegevusi.

Sotsiaalsus näitab inimese positiivset või negatiivset meelestatust teiste inimeste suhtes. Positiivne meelestatus tähendab vastutulelikkust, kaastundlikkust ning abivalmidust; negatiivne meelestatus tähendab aga usaldamatust, kriitilisust ning enesekesksust.

Kõrge **meelekindlusega** inimestel on selge eesmärk, mille poole püüelda, nad tegutsevad selle suunas kindlalt ja distsiplineeritult. Nad armastavad korda ning peavad oma lubadusi. Seevastu madala meelekindlusega inimesed ei sea endale väga kõrgeid eesmärke ning on oma tegemistes vähem järjekindlad, vahetades tihti ühe tegevuse teise vastu.

Isiksus on kõigil ja väljendub erinevuses keskmisest

Niisiis, kaasaegne isiksusepsühholoogia näeb oma uurimisobjekti eelkõige omaduste kogumina. Selle kõrval väärivad välja toomist veel kaks asja. Esiteks, isiksus on olemas kõigil inimestel. Tavakeeles öeldakse mõnikord mõne isevärki käituva või silmapaistva inimese kohta, et tegemist on isiksusega, viidates sellega justkui, et märkamatumalt käituvatel inimestel kas pole isiksust või on seda tublisti vähem. Kaasaegne isiksusepsühholoogia on demokraatlikum, sest selle järgi jätkub isiksust kõigile ja ühe palju, isegi kõige silmatorkamatutele inimestele. Eeldatakse, et kõiki inimesi on võimalik kirjeldada täpselt ühe ja sama isiksuseomaduste komplekti varal, ent need omadused on eri inimestel avaldunud erineval määral. Kõik on neurootilised, ekstravertsed, avatud, sotsiaalsed ja meelekindlad—lihtsalt mõni vähem ja teine rohkem. Teiseks, isiksuseomadused on oma olemuselt suhtelised. Neil pole minimaalseid ega maksimaalseid väärtusi. Proovige näiteks mõelda inimesest, kes on täiesti suletud. See tähendab, et ainuke viis konkreetse inimese isiksuseomaduse tasemele sisuline tähendus anda, on seda võrrelda teiste inimeste paiknemisega sama isiksuseomaduse skaalal. Tavaliselt kõrvutatakse inimese isiksuseomaduse taset paljude inimeste keskmise tasemega. Eelnevat kokku võttes tähendab inimese isiksus kaasaegse käsitlemise järgi enamasti seda, kui palju ta ületab või jääb alla keskmise inimese tasemele eelpool nimetatud viieisiksuseomaduste osas. Ei ole isiksuses midagi poetilist, jumalikku või saatanlikku—lihtsalt peotäis numbreid, mis väljendavad erinevust statistilisest keskmisest ehk—andestagu lugeja mulle—hälvet. Kui inimene vastab ka kõigil omaduste poolest täpselt statistilisele keskmisele, on tal ikkagi täisväärtuslik isiksus—lihtsalt selline keskmine isiksus. Muide, isiksuseomadused jaotuvadki inimeste hulgas nii, et kõige rohkem on just keskmise tasemega inimesi.

Isiksuseomaduste hindamise viisid

Et inimestevahelisi erinevusi isiksuseomadustes näha preagusel ajal üdini kvantitatiivsete tunnustena, tähendab automaatselt, et isiksuseomadusi tuleb mõõta. Kõige levinumaks isiksuseomaduste mõõtmise viisiks on inimestelt endilt nende tüüpiliste käitumis-, mõtlemis- ja tundmisviiside kohta küsimine. Selleks kasutatakse enamasti isiksuseküsimustikke, aga mõnikord viiakse läbi ka struktureeritud isiksuse hindamise intervjuusid. Nii isiksust hinnates eeldatakse, et inimesel endal on piisavalt informatsiooni selle kohta, kuidas ta tüüpiliselt käitub, mõtleb või tunneb. Lisaks hinnatava enda arvamuse küsimusele on levinud ka teda hästi tundvate teiste inimest

arvamuste kogumine. Näiteks võib paluda hinnatava tuttavatel, abikaasal või vanematel tema kohta isiksuseküsimustik täita. Tihti täidab ühe inimese kohta sama küsimustiku kaks või enam inimest, näiteks hinnatav ise ning paar tema tuttavat. On hästi teada, et inimeste hinnangud enda isiksuseomadustele langevad küllaltki hästi kokku teiste poolt nende kohta antud hinnangutega. Samas on kummalgi hinnangutüübist—nii enese kui teiste poolt antud hinnangutel—oma lisaväärtus (4). Inimesel on enda kohta rohkem informatsiooni kui kellelgi teisel, ent samas ei pruugi ta suuta ennast erapooletult hinnata või enda juures kõiki käitumisi märgatagi. Teistel inimestel on mõnikord kergem anda erapooletuid hinnanguid ning tihti on neil parem ülevaade ka inimese käitumise teatud aspektidest, näiteks suhtlemisharjumustest.

Isiksuseomaduste hindamise lihtne reegel ütleb, et mida rohkem on hindajaid, seda parem. Tihti arvutatakse erinevate hindajate hinnangutest keskmine, sest on vähemalt kaks põhjust pidamaks just seda kõige usaldusväärsemaks tulemuseks. Esiteks pole keskmises skooris vastamisel ette tulnud juhuslikud vead nii kaalukad kui üksikutes hinnangutes. Teiseks taandub keskmisest skoorist mingil määral välja ka osa hindajate erapooletusest ja piiratud informatsioonist tulenevaid vigu. On leitud, et just mitme hindaja hinnangute keskmise põhjal on võimalik kõige täpsemini ennustada inimeste tegelikku käitumist (5). Muide, tegeliku käitumise ette ennustamise võimet peetaksegi enamasti isiksusetestide väärtuslikkuse põhiliseks kriteeriumiks.

Isiksusetestides või intervjuudes antavates vastustes on palju subjektiivsust ning seetõttu pole need kaugeltki täiuslikud isiksuseomaduste mõõtmise meetodid. Samas pole neile ka head alternatiivi. Näiteks inimeste igapäevase käitumise (segamatu) objektiivne registreerimine on väga keeruline. Laboratoorsed käitumisreaktsioonide mõõtmised ei pruugi aga sugugi peegeldada inimeste igapäevast käitumist ning võivad seetõttu olla üsna piiratud väärtusega. Seega tuleb vähemalt praeguste teadmiste ja oskuste juures leppida subjektiivsete hinnangutega isiksuseomaduste kohta ning püüda neil põhinevaid meetodeid võimalikult täpseks häälestada. Muide, psühholoogiliste hindamismeetodite häälestamisest on saanud omaette teadusharu—psühhomeetria.

Kogenud spetsialisti vaist või testid?

Võib mõelda, et milleks on tingimata tarvis paluda inimestel endil ning nende tuttavatel täita pikki isiksuseküsimustikke või läbida ajamahukaid struktureeritud intervjuusid. Võibolla piisab kogenud spetsialisti treenitud vaistust, et inimese isiksuseomaduste tase kindlaks määrata? Tõepoolest, kui on tarvis kellegi loomuomadustest kiire ülevaade saada, siis tihti piisabki põgusast vestlusest temaga või näiteks pilgust tema haigusloole. Teisalt on testidel ja struktureeritud intervjuudel väärtusi, mida vabas vormis vestlemisel ja infokildude põhjal arutlemisel pole. Esiteks võimaldavad testid ja intervjuud keskenduda ainult olulistele uuritavate isiksuseomaduste aspektidele ning seeläbi koguda vähesel määral suurema hulga asjakohast informatsiooni. Teiseks, kuna alati küsitakse täpselt samade asjade kohta ja täpselt samal moel, siis võimaldab testide või struktureeritud intervjuude varal saadud informatsioon otseselt võrdlusi erinevate inimeste tulemuste vahel—aga ka ühe inimese erineval ajahetkel saadud tulemuste vahel. Meenutame, et just inimeste võrdlemisel põhinevadki isiksuseomaduste kohta tehtavad järeldused, seega on hindamistulemuste otsene võrreldavus kriitilise tähtsusega. Liiati, kui hindamisprotseduurid on kõigile sarnased, siis on nende tulemusel saadav hinnang objektiivsem kui vestluse või infokildude põhjal tekkiv mulje, mis põhineb paljudel subjektiivsetel otsustustel. Ehkki mõnikord arvatakse, et kogenud spetsialist vaist on kõige täpsem hinnangu allikas, on aastakümned uuringuid näidanud, et kindlate reeglite tuginevad hindamisprotseduurid—ja psühholoogiline testimine on üks selliseid—võimaldavad suurema tõenäosusega jõuda tõepärase hinnanguni (6).

Ekstravert täna ja homme—aga ülehommene ehk pisut vähem

Üheks isiksuseomaduste eksistentsiaalsetest eeldustest on ajaline stabiilsus. Ühel hetkel üle keskmise neurootiline inimene peaks seda olema nädala, kuu, aasta ja aastate päras, samuti peaks introvert olema alati introvert ja kõrge meelekindlusega inimene olema korralik ja kohusetundlik

nii nüüd kui aastate pärast. Nii see üldiselt kaldubki olema. Roberts ja DelVecchio (7) võtsid kokku enam kui 150 isiksuseerinevuste ajalist stabiilsust uurinud töö tulemused. Nad leidsid, et kui vaadata isiksuseomaduste stabiilsust umbes 7-aastase perioodi vältel, siis lapseas on see mõõdukas (korrelatsioonikordaja mõõtkavas keskmiselt 0.30) ning tõuseb üsna järjekindlalt suurema osa täiskasvanueast (stabiliseerudes keskmiselt 0.70 juures kaheksandal elukümnendil). Teisisõnu tähendab see, et inimeste pingerida isiksuseomaduste osas on suhteliselt stabiilne—aga mitte päris muutumatu, sest korrelatsioonikordaja pole maksimaalse väärtusega ehk 1.00. Mõni keskmisest tublisti neurootilisem inimene muutub aja jooksul veelgi neurootilisemaks, mõne neurootilisus seevastu annab tublisti järele. Sama kehtib ka teiste isiksuseomaduste kohta.

Inimesed kipuvad muutuma ühte moodi

Inimeste suhteline paiknemine isiksuseomadustel võib küll olla üsna püsiv, aga see ei tähenda sugugi, et isiksus ei muutu. Muutub küll. Et aga isiksuseomadused kalduvad enamikul inimestest elu jooksul muutuma ühte moodi ning, siis inimeste suhtelist järjestust need muutused sassi ei löö. Aja jooksul muutub enamik inimesi pisut sotsiaalsemaks ja meelekindlamaks, samal ajal kui neurootilisuse ja avatuse skoorid kipuvad vanusega langema (8). Ekstrsvertausega on lood pisut keerulisemad, sest selle erinevad alatahud „vananevad“ erinevalt. Kui näiteks seltsivus vanusega enamasti langeb, siis kalduvus domineerida kipub hoopis pisut tõusma. On tähelepanuväärne, et sarnased ealised muutused inimeste isiksuseomadustest on jälgitavad paljudes erinevates kultuurides—seega on neis midagi tõeliselt universaalset (3).

Püüdes tavapäraseid ealisi muutusi isiksuseomadustest lühidalt kokku võtta, nimetavad mõned uurijad neid sotsiaalseks küpsemiseks (9). Üks võimalik seletus sellele, miks inimeste isiksuseomadused vanusega just ühel kindlal moel kipuvad muutuma, põhinebki universaalsel sotsiaalsete rollide muutumisel. Nimelt seisab enamik inimest oma eluteel silmitsi hulga sarnaste ülesannete ja rollidega. Iseseisvalt elama asudes tuleb leida endale sobiv töö ning võimaluse korral püüda järgemööda ametiredelil üha kõrgemale tõusta. Tuleb leida elukaaslane ning kooselusse investeerida. Õige pea tuleb alustada ka aastaid kestvat ning enamasti suurt pühendumist nõudvat järglaste eest hoolitsemist. Nende ülesannetega toimetulek seab ootusi inimeste tüüpilistele käitumis-, mõtlemis- ja tundmisviisidele—näiteks vähem riskeerimist ning rohkem konservatiivsust, teiste inimeste huvidega arvestamist, püsivust ja kohusetundlikkust—ning põhjustabki seetõttu suhteliselt universaalseid muutusi inimest isiksuseomadustes. Lühidalt öeldes—elu ise küpsetab inimeste isiksust.

Teise võimaliku seletuse järgi on isiksuseomaduste suhteliselt universaalsed ealised muutused bioloogiliselt määratud—iga inimese sees tiksub sarnane looduse poolt kaasa antud programm, mis teda elu jooksul muuhulgas emotsionaalselt üha stabiilsemaks, konservatiivsemaks, teistest hoolivamaks ning kohusetundlikumaks painutab (10). Selle seletuse järgi pole elukogemustel, sotsiaalsel keskkonnal või kultuurinormidel inimeste loomuomaduste muutustega mingit pistmist.

Isiksuseomaduste muutumise tempot vaadates ilmneb tavaliselt, et peale kolmekümnendaid eluaastaid muutused aeglustuvad. See on viinud mõned uurijatest arvamusele, et peale kolmekümnendaid eluaastaid tegelikult inimeste isiksuseomadustega suurt midagi ei juhtugi—isiksus on valmis ja hilisemad muutused on liiga väikesed, et tõsiselt tähelepanu väärida (11). Kõik sellega siiski nõus pole (12). Muuhulgas on tõendeid, et kõrges vanaduses võivad isiksuseomaduste keskmiste tasemete muutused taas kiirenema hakata (2). Tegelikult pole see üllatav: elu viimastel kümnenditel tihti järsult halvenev tervis ning vähenevad aktiivsus ja iseseisvus võivad oma pitseri vajuda paljudele tüüpilistele käitumismustritele, näiteks sotsiaalsele või intellektuaalsele aktiivsusele.

Käbi ei kuku kännust kaugelt

Miks kaldub mõni inimene ka kõige pisemate probleemide korral endast välja minema ning teine mitte? Miks paneb mõni õhtuti sussid korralikult kõrvuti voodi serva alla, peab alati oma

lubadustest kinni ning läheb poodi täpse ostunimekirjaga, aga teine mitte? *Kinderstube*, vastavad ühed. Geenid, vastavad teised. Ühe võimaliku teadusliku vastuse neile küsimustele pakub teadusharu nimega käitumisgeneetika. Hindamaks, mil määral on mõõdetavate tunnuste (fenotüübi) varieeruvus tingitud inimeste geneetilisest erinevusest, mil määral kasvukeskkonnast ning mil määral muudest mittegeneetilisest teguritest, võrdlevad käitumisgeneetikud erineva geneetilise sarnasusega inimesi, näiteks ühemunakaksikuid ja erimunakaksikuid. Sedalaadi uurimused näitavad järjekindlalt, et mida sarnasemad on inimesed geneetiliselt, seda sarnasemad on ka nende isiksuseomadused. Näiteks leidsid Jang, Livesley ja Vernon (13), et ühes peres kasvanud ühemunakaksikute vahel jäid korrelatsioonid viie eelpool loetletud isiksuseomaduste puhul vahemikku 0.37 – 0.58 (keskmine korrelatsioon oli 0.46). Koos kasvanud erimunakaksikute vahelised korrelatsioonid olid aga tublist väikesemad, jäädes 0.18 ja 0.27 vahele (keskmine korrelatsioon oli 0.23).

Käitumisgeneetikud jagavad nende numbrite võrdlemisel tunnuse varieeruvuse kolme kategooriasse. Esiteks arvutavad nad välja, millise hulga inimestevahelistest erinevustest uuritava tunnuse osas võib kirjutada geneetiliste erinevuste arvele. Teiseks leitakse nende mittegeneetiliste tegurite osatähtsus, mis ei ole seotud inimeste kasvukeskkonnaga (siia alla kuuluvad kõik võimalikud mõjurid, mida koos kasvanud lapsed ühiselt *ei* koge). Kolmandaks arvutatakse nende mittegeneetiliste tegurite roll, mis on ühised ühes peres kasvavatele lastele. Nende arvutuste aluseks olev loogika on lihtne. Koos kasvanud õed-vennad võivad sarnaneda nii geneetistel põhjustel kui ühise kasvukeskkonna tõttu (vanemate käitumine ja kasvatus, jõukuse tase, peretuttavad, ühine kool jne), erineda aga kõigi nende keskkonnamõjude tõttu, mida nad kogevad üksteisest sõltumatult. Kui me hoiame inimesi võrreldes ühe sarnasust tekitavatest teguritest kontrolli all (sarnane kasvukeskkond), aga varieerime teist (ühemunakaksikud on geneetiliselt identsed, erimunakaksikud ning tavalised õed-vennad aga jagavad keskmiselt 50% geene), siis saab muutus nende sarnasuse määras tuleneda vaid ühest allikast (geneetilised tegurid). Teisalt on selge, koos kasvanud ühemunakaksikute sarnasusse on maksimaalse panuse andnud nii geneetilised kui ühise kasvukeskkonnaga seotud tegurid—järelikult saab kogu seda tüüpi kakskikute erinevuse omistada unikaalsetele keskkonnamõjudele (tõsi, ka mõõtmisvea mõju—enamasti mitte väga suur—kuulub siia gruppi, aga kuna seda on üsna keeruline hinnata, lihtsuse huvides me sellest siinkohal pikemalt ei kõnele).

Proovime esmalt Jangi ja kolleegide tulemuste varal arvutada välja geneetiliste tegurite mõju inimeste isiksuseerinevustele. Viie isiksuseomaduse puhul oli keskmine ühemunakaksikute vaheline korrelatsioon 0.46, erimunakaksikutel aga 0.23. Pärilikkuse määra arvutamiseks võtame nende kahe numbri vahe ning korrutame selle kahega (sest erimunakaksikud jagavad üksnes poolt geenidest), mis annab tulemuseks $2(0.46 - 0.23) = 0.46$. See tähendab, et keskmiselt 46% isiksuseomaduste variatiivsusest antud valmis oli tingitud inimeste geneetilisest erinevusest. Nagu öeldud, kuna koos kasvanud ühemunakaksikute erinevused saavad tuleneda üksnes keskkonnateguritest, mida nad üksteisest sõltumatult kogevad, siis nende vahelise korrelatsiooni ning ideaalse korrelatsiooni (1.00) vahe saabki omistada just sellele laiale mõjurite grupile. Antud juhul tähendab see $1.00 - 0.46 = 0.54$ ehk keskmiselt 54% inimestevahelistest erinevustest viiel isiksuseomadusel võib kirjutada unikaalsete kogemuste arvele.

Nüüd on käes kolmanda mõjurite grupi ehk kasvukeskkonna kord. Selle mõju suuruse välja arvutamiseks lahutatakse koguvariatiivsusest (100%) geneetiliste tegurite ning unikaalse keskkonna mõju summa. Antud näite puhul tabab meid aga siin üllatus, sest $100\% - (46\% + 54\%) = 0\%$. See tähendab, et kasvukeskkonnal, mida ühes peres kasvavad lapsed jagavad, pole nende hilisemas elus mõõdetud isiksuseerinevustega mitte mingit pistmist! See läheb vastuollu nii tavaarusaamade kui mitmete klassikaliste psühholoogiateooriatega, mille järgi mõjutab inimeste loomuomadusi suuresti just lastetuba. Aga pole midagi parata, kakskikute andmed räägivad teist keelt: kui kasvukeskkonnal oleks märkimisväärne roll, siis peaksid ühise kasvukeskkonnaga lapsed olema sarnasemad kui me seda pelgalt geneetilise seotuse põhjal võiksime oletada. Tegelikult aga paistab pea kogu õde-vendade sarnasus nii isiksuseomaduste kui paljude muude loomuomaduste puhul tulenevat peamiselt jagatud geneetilisest materjalist.

Mõnikord on neid tulemusi tõlgendatud nii, et inimestevahelised isiksuseomadused on pea täielikult geneetiliste tegurite poolt määratud (10). See ei ole tegelikult päris korrektne tõlgendus. On oluline rõhutada, et tegelikult näitab kaskikute võrdlemine siiski hoopis muud. See, et isiksuseomadustes esinevad inimestevahelised erinevused võivad umbes 40-60% ulatuses—sõltuvalt omadusest—olla tingitud geneetiliste tegurite poolt, tähendab tegelikult muuhulgas seda, et ülejäänud 40-60% võib kirjutada mittegeneetiliste tegurite arvele. Olgugi, et peaaegu kõik, mis me nende mittegeneetiliste mõjutegurite kohta praegu teame, on see, et nende hulka ei paista kuuluvat lastetuba.

Kui kaksikuteuuringud viitavad kindlameelselt geneetiliste tegurite märkimisväärsel rollile isiksuseerinevuste kujunemisel, siis molekulaargeneetika edusammud isiksuseerinevusi mõjutavate geenivariantide tuvastamisel on siiani olnud üsna tagasihoidlikud. Sobivaks näiteks on siin ligi 4000 sardiinialasel läbi viidud ülegenoomne assotsiatsiooniuuring (14). Uuritud umbes 362 129 ühenukleotiidses polümorfismist mitmed küll seostusid viie põhilise isiksuseomadusega, ent seosed olid nõrgad ning balansseerisid statistilise juhuslikkuse piiril. Liiasi ei õnnestunud rõhuvat osa seostest sõltumatutel valimitel korrata. Ka kandidaatgeenidel põhinevad uuringud pole andnud järjekindlaid tulemusi: leitud geenide ja isiksuseomaduste seosed pole tihti hilisemates uurimustes osutunud korratavaks. Suhteline ebaedu isiksuseerinevuste geneetiliste põhjuste leidmisel on muuhulgas ilmselt tingitud sellest, et isiksuseomadusi mõjutavad korraga väga paljud geneetilised polümorfismid ning igal neist on väga väike üksikmõju. Uurijate kasutada olevad meetodid pole tihti lihtsalt piisavalt võimsad, et nii nõrka signaali usaldusväärselt avastada.

Isiksuseomaduste tagajärgi: hea haridus, edukas karjäär, hea tervis ja pikk elu

Terane lugeja võib nüüd mõelda, et kõik on ju kena, aga kas neist isiksuseomadustest on ka mingit kasu? On ikka—aga mõnikord ka kahju. Lühidalt öeldes, isiksuseomadused mõjutavad meie elu, nii heas kui halvas.

Üheks põhiliseks argumendiks, miks ka isiksusepsühholoogiast kui sellisest mitte pööraselt huvitatud inimesed võiksid isiksuseomaduste vastu siiski mõnikord huvi tunda, on nende võime ennustada ette inimeste toimetulekut erinevates eluvaldkondades. Teades, millisel positsioonil paikneb inimene ühel või teisel isiksuseomadusel, võime juhuslikkusest tunduvalt suurema täpsusega ennustada näiteks seda, kuidas tal koolis, tööl ning pereelus läheb (15), kas ta satub seadusega pahuksisse (16) või lööb hoopis kaasa poliitikas (17). Isiksuseomadustel on oma koht ka inimeste terviseiga seotud käitumise, terviseerinevuste ning eluea pikkuse ennustamisel. Näiteks kõrgema meelekindlusega inimesed kalduvad vähem suitsetama ning alkoholiga liialdama, tervislikumalt sööma ning seeläbi vähem ülekaalulised olema (18, 19). Seetõttu pole üllatav, et madal meelekindlus on seotud rea terviseprobleemidega nagu näiteks südameveresoontekonna haigused ja psühhiaatrilised kaebused (20), üldise haiguskoormusega (21) ning sellega, kui palju inimesele eluaastaid jätkub (22). Ka teised isiksuseomadused nagu näiteks neurootilisus pole seostest tervisliku elu ja terviseiga päris vabad (20). Niisiis, õigustus inimestevahelistest isiksuseerinevustest rääkimiseks on lihtne—need kujundavad meie elu.

Isiksusepatoloogia: histrioonikud, anankastsed ja teised veidrikud kaovad varsti arstikabinetist

Siiani oleme rääkinud täiesti tavaliste inimeste täiesti tavalistest erinevustest. Kui kliinilises kontekstis tuleb juttu isiksusest, siis tähendab see aga tihti mitte nii tavaliste inimeste mitte nii tavalisi iseärasusi. Pikka aega on normaalset ja patoloogilist isiksuse nähtud kui kahte olemuslikult täiesti erinevat nähtust. Täpsemalt on patoloogilist isiksust käsitletud rea isiksusehäiretena, mida iseloomustavad kokku lepitud diagnostilised kriteeriumid, sarnaselt enamikule teistest haigustest. Isiksusehäirete arv ja sisu on ajajooksul muutunud, samuti näevad erinevad haiguste klassifikatsioonid (Rahvusvaheline Häire Klassifikatsiooni ja USA Diagnostiline ja Statistiline Manuaal) neid pisut erinevalt.

See lähenemine ei ole aga paraku osutunud väga mõistlikuks, sest patsiente on tihti raske kindlate

isiksusehäire tüüpide alla liigitada: suurel osal patsientidest on kas korraga erinevate isiksusehäirete tunnuseid või on neil olulisi sümptomeid, mida ühegi isiksusehäire diagnostilistes juhendis loetletud pole. Teisisõnu maalivad isiksusehäirete diagnostilised juhendid inimestest huvitavaid karikatuure, aga neis kujutatud inimesi kohtavad psühhiaatrid-psühholoogid tegelikus kliinilises praktikas harva. Seetõttu on viimasel kümnendil kinnitanud kanda arusaam, et patoloogilise isiksuse käsitlust tuleb radikaalselt muuta.

Moodsam käsitlus paigutab isiksusepatoloogia ühes normaalsele isiksuseerinevustega kvantitatiivsete isiksuseomaduste mudelisse. Kiputakse lausa arvama, et isiksusepatoloogiat on mõistlik kirjeldada nende samade isiksuseomaduste varal, mida kasutatakse normaalsete isiksuseerinevuste kirjeldamiseks. Isiksusepatoloogiat võib moodsama käsitluse järgi põhimõtteliselt näha normaalsete isiksuseomaduste äärmuslike tasemete kombinatsioonina, millega seostub häiritud toimetulek (23). On üsna tõenäoline, et isiksusepatoloogia käsitluse reform leiab peagi ametliku väljundi ka diagnostilistes piiblitest nagu näiteks Diagnostiline ja Statistiline Manuaal. Muuhulgas toob see käesolevas artiklis räägitud kliinilisele praktikale (veelgi) hulga lähemale.

Kasutatud kirjandus:

1. Allik J, Laidra K, Realo A, Pullmann H. Personality Development from 12 to 18 Years of Age: Changes in Mean Levels and Structure of Traits. *European Journal of Personality* 2004; 18: 445–462.
2. Möttus R, Johnson W, Deary IJ. Personality traits in old age: Substantial structural and rank-order stability, and some mean-level change. *Psychology and Aging* (avaldamisel).
3. McCrae RR, Terracciano A, 78 Members of the Personality Profiles of Cultures Project. Universal features of personality traits from the observer's perspective: Data from 50 cultures. *Journal of Personality and Social Psychology* 2005; 88: 547-561.
4. Vazire S, Mehl MR. Knowing me, knowing you: The accuracy and unique predictive validity of self-ratings and other-ratings of daily behavior. *Journal of Personality and Social Psychology* 2008; 95: 1202-1216.
5. Kolar DW, Funder DC, Colvin CR. Comparing the accuracy of personality judgments by the self and knowledgeable others. *Journal of Personality*. 1996; 64:3 11-337.
6. Grove WM, Meehl PE. Comparative efficiency of informal (subjective, impressionistic) and formal (mechanical, algorithmic) prediction procedures: The clinical-statistical controversy. *Psychology, Public Policy, and Law* 1996; 2: 293–323.
7. Roberts BW, DeVecchio WF. The rank-order consistency of personality traits from childhood to old age: a quantitative review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin* 2000; 126: 3-25.
8. Roberts BW, Mroczek D. Personality trait change in adulthood. *Current Directions in Psychological Science* 2008; 17: 31–35.
9. Roberts BW, Wood D, Smith JL. Evaluating Five Factor Theory and social investment perspectives on personality trait development. *Journal of Research in Personality* 2005; 39: 166-184.
10. McCrae RR, Costa PT. *Personality in adulthood: A Five-Factor Theory perspective*. New York: Guilford; 2003.
11. Costa PT, McCrae RR. Age changes in personality and their origins: Comment on Roberts, Walton, and Viechtbauer (2006). *Psychological Bulletin* 2006; 132: 26-28.
12. Roberts BW, Walton KE, Viechtbauer W. Patterns of mean-level change in personality traits

across the life course: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin* 2006; 132:1-25.

13. Jang KL, Livesley WJ, Vernon PA. Heritability of the big five personality dimensions and their facets: A twin study. *Journal of Personality* 1996; 64:577-591.

14. Terracciano A, Sanna S, Uda M, et al. Genome-wide association scan for five major dimensions of personality. *Molecular Psychiatry* 2010; 15: 647-656.

15. Roberts BW, Kuncel NR, Shiner R, Caspi A, Goldberg LR. The power of personality: The comparative validity of personality traits, socioeconomic status, and cognitive ability for predicting important life outcomes. *Perspectives on Psychological Science* 2007; 2: 313-345.

16. Mõttus R, Guljajev J, Allik J, Laidra K, Pullmann H. Cognitive ability and the Five-Factor Model personality traits predict having an offence record with most of the associations possibly being mediated by school success. *European Journal of Personality* (avaldamisel).

17. Vecchione M, Caprara GV. Personality determinants of political participation: The contribution of traits and self-efficacy beliefs. *Personality and Individual Differences* 2009; 46:487-492.

18. Bogg T, Roberts BW. Conscientiousness and Health-Related Behaviors: a Meta-Analysis of the Leading Behavioral Contributors to Mortality. *Psychological Bulletin* 2004; 130: 887-919.

19. Terracciano A, Sutin AR, McCrae RR, et al. Facets of personality linked to underweight and overweight. *Psychosomatic Medicine* 2009; 71: 682-689.

20. Goodwin RD, Friedman HS. Health Status and the Five-factor Personality Traits in a Nationally Representative Sample. *Journal of Health Psychology* 2006; 11: 643 -654.

21. Chapman BP, Lyness JM, Duberstein P. Personality and Medical Illness Burden Among Older Adults in Primary Care. *Psychosomatic Medicine* 2007; 69: 277-282.

22. Kern ML, Friedman HS. Do Conscientious Individuals Live Longer? A Quantitative Review. *Health Psychology* 2008; 27: 505–512.

23. Clark LA. Assessment and Diagnosis of Personality Disorder: Perennial Issues and an Emerging Reconceptualization. *Annual Review of Psychology* 2007; 58: 227-257.